Anno VI - N. 1 GENNAIO - FEBBRAIO 1926 *Conto corrente con la Posta*

"APE,, RIVISTA BIMESTRALE DELLA ASSOCIAZIONE ANTIALCOOLICA PROLETARI ESCURSIONISTI

FOTO PREDA

La parete Nord della Presolana vista da Dezzo

palestra nella quale compie le esercitazioni di roccia l'« Ape » di Bergamo.

Anno VI - N. 1 GENNAIO - FEBBRAIO 1926 *Conto corrente con la Posta*

"APE" RIVISTA BIMESTRALE DELLA ASSOCIAZIONE ANTIALCOOLICA PROLETARI ESCURSIONISTI

MILANO (7) VIA S. MARTA, 6

GRATIS AI SOCI DE L' "APE"

Abbonamento pel 1925 L. 12
Numero separato „ 3
ESTERO IL DOPPIO

La donna e lo sport

Questo titolo, sopra una Rivista proletaria come la nostra, e destinata a proletari, può far ridere.

Quando mai la donna lavoratrice, la salariata o la donna di casa proletaria può fare o ha potuto fare dello *sport?*

È già molto se qualche giovane operaia comprende il significàto della parola e può fare qualche passeggiata domenicale su per i monti.

Lo sappiamo.

L'articolo è appunto per dimostrare come lo *sport* è, nella società moderna, un privilegio di quelle classi che ne hanno meno bisogno, mentre esso dovrebbe essere una necessità per quelle che lavorano e producono.

Così vediamo la donna delle classi ricche ricorrere ai vari esercizi sportivi, nelle varie stazioni estive o invernali, come correttivo alla sua inazione abituale, mentre la donna lavoratrice dovrebbe ricorrere allo sport come correttivo al troppo lavoro.

Andate in questi mesi al Mottarone, a Cortina d'Ampezzo, in Engadina, allo Spluga e troverete uno sciame di paggi e paggetti, avvolti nei più inverosimili e costosi abiti sportivi, nei qual. durerete fatica a distinguere le fanciulle dai giovani. In tutti vedrete visi ridenti e paffuti, appetito formidabile, sentirete gaie risate nelle rapide corse, flirt nelle risalite; vedrete in moto tutti gli istrumenti: pattini, sci, slitte a uno, due, tre, quattro posti, di tutte le foggie e tutti col loro rispettivo nome inglese; albergatori e servitù che vi sorridono compiacenti; suoni e canti e balli a tutte le ore.

La vita?

Sì, sì, è lieta.

Andate a dire che tutti abbiamo il nostro segreto affanno a qualche miserabile che guarda, con invidia, questa società e vi risponderà alzando le spalle o dicendovi che quando il segreto affanno è dentro ad un corpo sano e solido e che può mantenersi tale col buon nutrimento, coll'aria pura, col riposare quando vuole, coll'allegria e lo svago, il segreto affan-

no è relativo cioè è molto minore dell'affanno che provano ogni giorno i disgraziati... o le disgraziate che...

Entrate in una Manifattura e vedrete visi pallidi, crucciati.

Nessuno parla, si sente solo, tratto tratto, il secco comando della sorvegliante, e lo strusciar, sul lavoro, delle velocissime mani. Cercate di conoscere le condizioni di salute di quelle operaie e inorridirete: in gran parte tubercolotiche o sulla via di diventarlo.

« Madre Operaia » di Pagels
in cui lo sfruttamento ed il logoramento
del povero corpo è reso dall'artista
con felice intuito.

Ed ecco che vi si affaccia subito, per esse, il rimedio: aria, sole, poco lavoro, buon nutrimento, passeggiate all'aria aperta, alpinismo...

Ma sentite tutta l'umiliazione del vostro toccasana: è come promettere la luna ad un bimbo malato nella speranza di guarirlo.

Del resto esse, le operaie, non pretendono i dolci ozi nelle stazioni climatiche, ma sanno che il poter fare un paio di passeggiate al mese in montagna; che un po' di turismo o d'alpinismo non eccessivo durante l'anno, servirebbe a neutralizzare le tossine della fatica che serpeggiano nel loro organismo e danno loro il viso pallido, stanchezza ed anemia.

E ricordo un gruppo, abbastanza numeroso, di queste operaie in una ciclo-alpina di qualche anno fa.

In marcia non parevano più le stesse che il giorno innanzi erano sedute ai loro posti nello stabilimento.

Ansanti dapprima, ai primi passi in salita, poi via via colorite, collo sguardo vivace, allegre, da ultimo, al ritorno, rimpiangevano la giornata finita troppo presto e pensavano con tristezza che un altra uguale sarebbe giunta chissà quando.

Non dunque *tennis*, pattinaggio, sci, e che so io; lasciamo pure tutto ciò alle classi ricche, ma un po' d'alpinismo progressivo, ma due domeniche al mese di sole e di aria libera sarebbero indispensabili all'operaia che sta rinchiusa tutta la settimana in ambienti spesso malsani.

Ma le obiezioni sono parecchie e partono prima di tutto dall'egoismo maschile.

L'operaia lavora tutta la settimana nell'opificio perciò la domenica ha molte cose da fare.

Se è giovane, deve pensare a se stessa, ai propri abiti, alla propria biancheria; se è maritata, ha tutto ciò moltiplicato per il numero delle persone che compongono la famiglia; solo verso sera, può permettersi il lusso di una passeggiata nei dintorni della casa o di entrare in un cinematografo.

Chi potrebbe sostituirla in tutte quelle faccende?

L'uomo, anche il più evoluto, è restio ad attribuire alla propria compagna i bisogni che attribuisce a se stesso. Non pensa che se necessario è lo *sport* al lavoratore, ancor più necessario è alla lavoratrice, in quanto essa ha una costituzione fisica più delicata, sente più intensamente la fatica, porta in grembo altre creature e trasmette ad esse, a traverso la gestazione e l'allattamento, la somma di energia che il suo organismo ha immagazzinato.

Alle operaie chiuse otto o dieci ore negli opifici e per le restanti delle ventiquattro nella casa, o meglio nella stanza, una giornata di sole e di aria libera, tratto tratto, sarebbe sommamente necessaria.

Certo più necessaria ad esse che a quelle donne che... non producono.

E. V. A.

GAROFANI ROSSI

Nel grigio e rigido pomeriggio del 31 dicembre u. s., il proletariato milanese compiva, silenzioso ed imponente, un rito di gratitudine e di devozione.

Anna Kuliscioff, l'eletta compagna di Filippo Turati, la prima donna propagandista del Socialismo in Italia ed assertrice dei diritti della donna lavoratrice, la prima che richiamasse l'attenzione dell'allora nascente Partito Socialista e dei legislatori sul problema della fanciullezza proletaria; la Donna che per la sua Fede subì, in parecchie epoche della sua vita, complessivamente, cinque anni di carcere, veniva accompagnata all'ultima dimora.

Era in quel rito, pianto e speranza di popolo.

Pianto per Colei che nell'azione e nel pensiero fu costantemente fedele al popolo; speranza in quella Fede che ha avuto una così coraggiosa e strenua assertrice.

Da queste pagine, che la Perduta vide sempre con simpatia, come ogni cosa che dimostra lo sforzo di elevazione delle avanguardie proletarie, vada alla Sua Memoria il nostro riverente omaggio.

La nostra Associazione piega nel Suo Nome il proprio gagliardetto e promette di essere fedele, com'Ella ha insegnato, a quelle idealità che sono la base del proprio programma.

Il nostro Congresso

Nel giorno di domenica, 10 Gennaio, ha avuto luogo alla Capanna Mara il Congresso Ordinario annuale della nostra Associazione.

Erano convenuti tutti i rappresentanti delle nostre Sezioni, la Direttrice della Rivista, il C. C. al completo, nonchè numerosi compagni apeini, specialmente della Sezione di Milano.

L'o. d. g. del Congresso era così fissato:

1° Relazione morale e finanziaria del C. C. scaduto;

2° Costituzione del C. C. per il 1926;

3° Rivista e contribuzioni sociali per il 1926;

4° Indicazioni della Sede del C. C. per il 1926;

5° Varie.

La discussione è stata ordinata ed esauriente per ogni comma dell'o. d. g.; le conclusioni che furono adottate all'unanimità possono fissarsi come segue:

1° Relazione morale e finanziaria: approvate;

2° Il C. C. per il 1926 sarà composto di tre membri, e cioè: di un segretario-cassiere; un amministratore della Rivista e un organizzatore tecnico sportivo. Il segretario-cassiere funzionerà pure da presidente.

3° Le contribuzioni al C. C. per il 1926 restano così stabilite:

Per ogni socio ordinario, con diritto alla Rivista Lit. 12;

È istituita la categoria dei Soci Aggregati, che potrà comprendere soltanto i famigliari dei soci ordinari; essi potranno prelevare la tessera mediante pagamento di Lit. 2 al C. C., e *non* avranno diritto alla Rivista.

È istituito inoltre l'abbonamento alla Rivista, al prezzo di Lit. 12.

4° Come Sede del C. C. per il 1926 è stata scelta la città di Milano; per disposizione statutaria la nomina del C. C. è quindi devoluta alla nostra Sezione di Milano.

In sede di discussioni varie, i rappresentanti delle nostre Sezioni hanno manifestato il vivo desiderio dei soci, che la nostra attività escursionistica, specialmente intersezionale, sia più ordinata e intensa che per il passato; a tale scopo ogni nostra Sezione è impegnata a comunicare al più presto al C. C. il programma delle gite che esse intendono effettuare nel 1926; il C. C. dovrà a sua volta, in base ai programmi pervenutigli, fissare le gite che avranno carattere intersezionale, dandone sollecita comunicazione alle Sezioni.

I congressisti, compiacendosi dei risultati soddisfacenti ottenuti con l'Attendamento 1925, sia per la partecipazione di numerosi compagni, come per l'organizzazione tecnica, curata lodelvolmente dal comp. Bentivoglio di Milano e dai compagni dirigenti la Sezione di Bergamo, espressero la convinzione che ancora meglio potrà farsi nel 1926, traendo profitto dalle esperienze passate e iniziando l'organizzazione dell'attendamento in tempo utile.

In merito al piccolo fondo di Lit. 1.080. raccolto nel 1925 dallo scaduto C. C., con l'intenzione di portare nell'estate in montagna un gruppo di bambini gracili di proletari indigenti, il Congresso ha manifestato la volontà ferma che quanto non è stato fatto l'anno scorso per l'esiguità della somma raccolta, venga effettuato senz'altro quest'anno, qualunque sia il fondo disponibile, ed adeguando ad esso il numero dei bambini che potranno beneficiare della cura alpina, e il periodo di durata di essa. A dare maggior rilievo a tale impegno i congressisti offersero complessivamente, con contribuzioni personali, la somma di Lit. 150, che vanno ad aumentare il fordo già esistente; essi intesero pure d'indicare ad ogni nostro socio il nostro inderogabile dovere di solidarietà proletaria verso i compagni di classe più deboli o più perseguitati. Possa la deliberazione del Congresso trovare quel largo seguito che compete all'alto senso di umana fraternità in essa racchiuso! La provata generosità dell'animo proletario ne è sicura garanzia!

* * *

L'intonazione del Congresso è stata di piena cordialità; non si ebbero lunghi discorsi, nè vuote divagazioni. È stato un Congresso di artefici di cose piccole, ma di artefici tenaci: ognuno era convenuto con il fermo desiderio di porre finalmente un alt allo sfadalmento delle nostre file seguito in questi ultimi anni; ognuno aveva l'intimo convincimento che a questo risultato si può pervenire riordinando e riorganizzando la nostra attività sociale, senza rivedere o rimaneggiare in alcun modo le nostre concezioni di spòrt operaio e classista fissate nei nostri programmi e nelle nostre tradizioni.

Diamo all'A. P. E. una Rivista che esca puntualmente e regolarmente; intensificando le nostre manifestazioni sportive, ed i soci affluiranno a noi! Perciò il Congresso si è occupato esclusivamente di questioni amministrative e di organizzazione; non per questo esso può chiamrasi Congresso di cristallizzazione: abbiamo invece la ferma fiducia che con esso si inizi la fase di ricostruzione!

Ai compagni del nuovo C. C. e ai compagni dirigenti le Sezioni il compito di tradurre in atto lo spirito animatore del Congresso; valga per essi tutti l'ammonimento che chiudeva la relazione morale del C. C. scaduto:

Compagni, al lavoro! da proletari coscienti, lontani da ogni ottimismo facilone, ma, sopratutto, senz'alcuna ombra di pessimismo!

UN COMPAGNO.

UN SALUTO AUGURALE

A tutti i nostri soci, a tutti gli apeini che le... vicende di questi anni han dispersi, ai proletari amanti dello sport alpinistico, inviamo i nostri saluti augurali per il nuovo anno.

La fiducia che i nostri compagni hanno voluto esprimerci riconfermandoci in carica, c'impone un compito non lieve: i risultati a cui vogliamo pervenire sono in assoluta antitesi con le obbiettive premesse al nostro lavoro. Noi vogliamo rinvigorire la nostra Associazione, assicurare costante periodicità alla nostra Rivista, intensificare la nostra attività sportiva; d'altra parte ostacoli di vario genere intralciano il nostro lavoro; defezioni forzate o volontarie indeboliscono ininterrottamente le nostre file.

Un nuovo colpo è stato portato contro di noi in questo inizio d'anno: una delle nostre Sezioni più fiorenti, quella di Bergamo, è stata sciolta dalle autorità locali. Vogliamo evitare commenti inutili; i nostri compagni devono apprendere l'insegnamento elementare che ci porgono l'esperienza del passato e la realtà del presente: occorre lavorare, intensificare la nostra attività; occorre che la vecchia guardia apeina non esiti a prestarci contributo di tempo e di danaro.

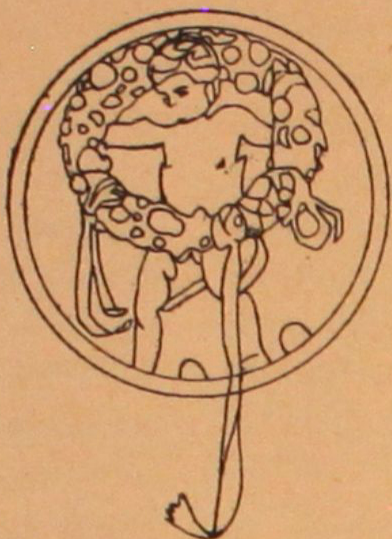
Soltanto se saremo validamente sorretti dal consenso fattivo di tutti i compagni, potremo corrispondere con l'opera nostra ai compiti che l'ultimo Congresso ci ha indicato.

Abbiamo la certezza che tale consenso non ci mancherà!

Il Comitato Centrale dell'A. P. E.:
R. BOATTI - C. FERRETTI - L. LARENTI

Anche nell'ora delle avversità — rivendichiamo la nostra fede — riaffermiamo i nostri principii — correggiamo i nostri errori — riportiamo tra i lavoratori la luce e la speranza della redenzione — prepariamo le nuove coscienze più salde e più pure — per il trionfo del lavoro, nella grande solidarietà umana.

MATTEOTTI.

IL COMPORTAMENTO del nostro organismo in alta montagna

Un libro assai interessante non solo per i fisiologi ma anche per i profani, e che parecchi Apeini certamente conosceranno, è quello del Mosso (1), che studia l'azione delle grandi altitudini sulle varie funzioni dell'organismo umano.

Ho cercato di riassumere per sommi capi qualcuno degli argomenti più importanti che sono trattati così egregiamente dal grande Fisiologo che, oltre ad essere scienziato insigne era pure un abile ed appassionato alpinista.

* * *

Coloro che fanno ascensioni in alta montagna sanno per esperienza che colà ci si affatica assai più rapidamente che in pianura. Gli scalatori dell'Imalaja riferiscono che oltre i 6000 metri non potevano salire più di 250-300 metri al giorno. Ad ogni tratto dovevano fermarsi un poco a riprender fiato: non era la forza che mancava a loro, sibbene il respiro.

Il Mosso, colle sue esperienze compiute alla Capanna Regina Margherita sul Monte Rosa a 4560 metri, ha dimostrato che a quell'altezza è un poco diminuita la forza dei muscoli. Egli poi, facendo fare un dato lavoro (sollevamento pesi) in pianura, dopo aver contato il numero delle pulsazioni del cuore ed il respiro, e ripetendo il medesimo esercizio in montagna, ha notato che qui il polso ed il respiro si fanno più frequenti.

(1) Angelo Mosso: *L'uomo sulle Alpi* - F. Treves Editori - Milano.

Perciò, mentre la rarefazione dell'aria non esercita un'influenza immediata notevole sulla forza e sulla resistenza dei muscoli, il cuore ed il respiro, durante la fatica si alterano assai più facilmente in alta montagna che non in pianura.

Durante il lavoro si vanno producendo nei muscoli delle sostanze velenose, le tossine della fatica, le quali, oltre che sui muscoli agiscono sui centri nervosi del cuore e della respirazione.

È da tener ben presente il danno arrecato dagli strapazzi dietetici sulla resistenza alla fatica; il Mosso ha notato in un individuo robusto, che aveva bevuto la sera prima oltre il necessario, una diminuizione notevole del lavoro muscolare, e per contro un aumento assai evidente del numero delle respirazioni e delle pulsazioni, ciò che indicava che quello stato passeggero di debolezza in cui si trovava, rendeva il soggetto più sensibile ai veleni della fatica.

Nello stesso modo si comporta l'organismo delle persone che per una causa o per l'altra sono indebolite.

* * *

In generale si crede che negli individui che stanno in alta montagna, durante il riposo, il respiro sia più frequente e profondo che in pianura. È stato invece dimostrato che la respirazione non aumenta di profondità nè di frequenza, anzi alle volte vi può essere una diminuzione sia dell'una che dell'altra.

Oltre i 3000 metri il Mosso ha osservato che la quantità media di aria inspirata è minore di quella che normalmente si consuma in pianura.

Un fenomeno curioso, che si osserva però anche in pianura, è la variazione subita dalla colonna vertebrale durante la fatica. È noto che la colonna vertebrale presenta due curve, l'una sporgente sul dorso che quando si esagera forma la deformità nota col nome di gobba, l'altra rientrante alla regione lombare. Quando si è stati sottoposti a notevole lavoro, queste curve si accentuano, e la statura diminuisce.

Il Mosso ha preso delle misure in proposito ed ha notato come dopo un'ascensione gli alpinisti hanno in media una statura di 2-3 cm. più bassa che non al mattino appena alzati. Nelle persone che portano lo zaino od altro peso sulle spalle, tale diminuzione è più accentuata.

È evidente l'importanza che può avere questa esagerazione della curva dorsale sugli atti della respirazione durante le ascensioni, e come sia prudente caricarsi il meno possibile e togliersi il sacco dalle spalle quando la respirazione diviene difficile.

* * *

Rispetto alla frequenza del battito del cuore in alta montagna pare, dalle ricerche fatte, che questa sia un poco aumentata, stando l'individuo in completo riposo, e tale aumento può in seguito diminuire fino a ritornare alla frequenza normale dopo un certo periodo di permanenza sul posto.

Anche nelle stazioni climatiche fra i 1000 ed i 2000 metri è stato osservato un aumento nel numero delle pulsazioni.

Il Mosso ritiene che se vi è aumento nella frequenza del polso durante i primi giorni, in cui uno si trova a St. Moritz, o sul M. Rosa, non bisogna credere che siano uguali le cause di tale aumento. Mentre per le piccole altitudini può essere l'azione eccitante del clima montano che agisce, sul M. Rosa le cause sono più complesse e con ogni probabilità sono legate a questo, che i nervi moderatori del cuore non funzionano più regolarmente alle grandi altezze.

In quanto poi alle emorragie od al colorito bluastro della pelle che si verificano in montagna, (all'infuori dei casi in cui siano prodotti meccanicamente con legacci troppo stretti) sono causati dalla debolezza del cuore che permette un ristagno del sangue nei vasi periferici. Sotto l'azione prolungata del lavoro muscolare si produce la stanchezza del cuore. Essa può colpire gli alpinisti come anche gli altri sportmans quando affrontano una notevole fatica senza il necessario allenamento. Si manifesta con senso di palpitazione diffusa alla regione del cuore ed un bisogno intenso di respirare. Tali disturbi scompaiono, col riposo, in tempo relativamente breve; ciò non toglie che si debba attirare l'attenzione sopra la gravità e le tristi conseguenze che può apportare il fenomeno quando interviene durante un'ascensione difficile o sotto la tormenta.

Anche negli individui affetti da arteriosclerosi (malattia caratterizzata da indurimento dei vasi sanguigni) possono avvenire disturbi più o meno gravi, nella circolazione del sangue, per effetto della fatica, e che si manifestano con irregolarità nel ritmo del battito cardiaco.

* * *

Uno degli inconvenienti più notevoli per chi va in alta montagna è l'esaurimento nervoso, dal quale derivano tutte le altre forme di esaurimento, e che colpisce l'alpinista quando l'organismo oltrepassa, nella sua attività, i limiti impostigli dalla natura.

Quanti avranno fatto lunghe passeggiate od ascensioni, si saranno accorti che dopo mezz'ora od un'ora si cammina meglio: è un esaltamento del sistema nervoso causato dal moto.

Il Mosso ha osservato che durante la tormenta, quando l'ascensione diventava più faticosa, gli alpinisti arrivavano alla Capanna Regina Margherita così eccitati che parevano ebbri. Ad un primo periodo di eccitamento, segue poi la depressione contrassegnata da uno stato di indifferenza che può arrivare fino al disprezzo della vita. Quanti alpinisti stanchi e sfiduciati si abbandonano sulla neve e solo

si rialzano sotto le proteste e le minaccie dei compagni i quali riescono così a strapparli ad una morte sicura?

È quindi necessario che l'alpinista conosca bene il suo organismo e sappia approssimativamente, per mezzo dell'allenamento, fino a qual punto può servirsene. Poichè a differenza del turista, l'alpinista si trova in condizioni assai più svantaggiose: infatti egli non può arrestarsi dove e quando vuole, se gli vengono meno le forze.

In modo speciale le persone nervose debbono andare caute nelle ascensioni, poichè come assai facilmente si entusiasmano e si assogettano alle più dure fatiche, con altrettanta facilità disperdono le loro energie cadendo poi vittime di quell'esaurimento che potrebbe avere conseguenze fatali.

Da quanto sono venuto esponendo si può dedurre che le gite in alta montagna devono essere lasciate alle persone robuste e ben allenate, mentre invece gli altri, il grosso degli alpinisti dilettanti, si possono accontentare di dar l'assalto a cime meno eccelse. Con questo, se ne scapiterà l'amor proprio in compenso ne avvantaggerà la salute, che, appunto dalle gite meno faticose ritrae il suo benessere.

Dott. GIOVANNI CALLERIO

A proposito di "Bolidi Rossi"

Arriviamo un po' in ritardo su questo argomento, ma sempre in tempo per chiarire responsabilità che non dovrebbero neanche sfiorarci ma che è necessario mettere in chiaro per chi conoscendoci come associazione proletaria, potrebbe pensare che i giovani guasconi che ci danno l'odierno argomento, facessero parte del nostro sodalizio.

La cronaca ne ha illustrato le gesta che noi non vogliamo nè esagerare nè attenuare, ma solo rilevare essere queste deleterie a chi, come noi, nella modesta divisa d'alpinisti proletari, potrebbe di riflesso subire il rifiuto e la diffidenza di chi fino a ieri ci ha ospitati, più o meno onerosamente, nei rifugi e nelle baite di media o alta montagna.

Quei tre rompicolli che hanno giocato alla volgare e immorale avventura, buscandosi la più solenne sanzione che li espellerà certamente dalle adunate e dai rifugi alpinistici, e che non potranno non essere riconosciuti dovunque, non differenziano da altri vandali, sedicenti alpinisti, che infestano le nostre Prealpi e che notoriamente conosciuti non sono stati abbastanza puniti per aver colle loro gesta messa in cattiva luce una quantità di gente che spinti alla montagna per amor del bello si vede sbirciata in cagnesco per i demeriti dei sullodati svaligiatori di rifugi alpini, che non possono essere che gli abitanti delle falde dei monti stessi; poichè gli alpinisti non ritornano alle città col sacco riempito di materassa, di cuscini o d'altre eterogenee suppellettili che di tanto in tanto di lassù vengono asportati.

La nostra educazione alpinistica fatta d'esperienza matura tiene a bada le velleità avventuristiche che potrebbero balenare ai nostri amici novelli che ci amano e che per questo si guarderebbero bene di recarci offesa o essere causa di dissidio e di richiamo dai nostri dirigenti. E poi i nostri sono fieri di chiamarsi apeini, e si guardano bene dall'insozzare l'insegna della loro associazione con grafomanie sconcie e pornografiche sui muri, sulle pareti o sui registri dei rifugi. Nessun atto scorretto è da imputare ai nostri apeini.

E questa sia la lezione a certi vigliacchi, o forse cretini, che pretesero malfamarci scarabocchiando cretinerie e sottoscrivendole col nostro monogramma additandoci così al disprezzo di chi non ci conosce.

Gli apeini, lo si sappia una volta per sempre, hanno per scopo della loro associazione l'elevazione; sono poveri, sì, ma fieri. Sanno pagare quando si divèrtono e non accettano responsabilità per le malefatte altrui.

UN APEINO.

Cogne - In fondo il « Gran Paradiso ».

AL GRAN PARADISO

24-25-26-27 Agosto 1925

Da parecchi giorni nella pentola cranica di Agostini bollivano i più audaci, ma anche i più disparati progetti.

I nomi delle vette temute e rispettate erano come l'intingolo solleticante dei nostri conversari in cui non si cucinavano che rocce, punte, becche, ghiacciai, seracchi, bergsrunde e simili diavolerie alpine.

La nostra preparazione... spirituale — come vedete — era più che sufficiente, ma l'altra procedeva assai faticosamente.

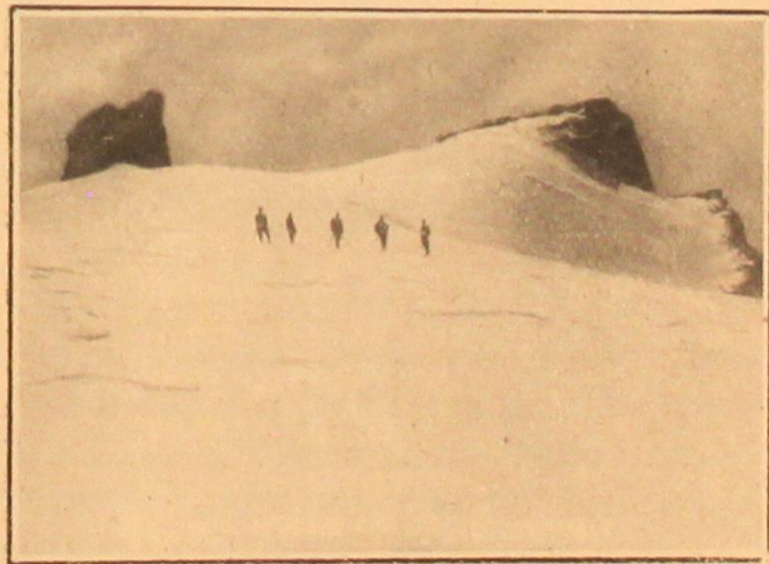
— Partiam..., partiam!... e si era sempre a Milano.

Ma il dado è tratto: avanti! A Villeneuve in autobus. Siamo all'imbocco della Valsavaranche: 24 chilometri di fondo valle per arrivare a Pont. Si cerca e si trova un carretto con relativo mulo per il trasporto dei sacchi.

Il cielo si apre in tempo per lasciarci intravvedere il massiccio del M. Bianco in fondo alla Valdigne.

Al seguito di una lunga carovana di carrette si risale. La strada non è faticosa, la valle è verde, fresca e selvatica.

Chevrére, Mollère, Fenille, Bois de Clin, Ruinaux, poveri casolari di alpigiani, e poi *Degioz*, capoluogo di Valsavaranche, con modesti alberghi, ai piedi di un cumulo di massi rovinati da una dirupata parete rocciosa. Intorno ventagli di pascoli e piccole chiazze biondastre di frumento.

Noi proseguiamo per Eaux Rousses e

La Becca di Moncorvè.

Il « Ciarforon » e la becca di Monciair visti da un terrazzo del Gran Paradiso.

Finalmente una mattina si parte davvero: per il Gran Paradiso (m. 4061).

Il cielo è coperto, ma Agostini ci tranquillizza: l'*igrometro* della farmacia segna bel tempo. Naturalmente il bel tempo si mette a piovere quasi subito; ad Aosta, poi, diluvia!

pernottiamo all'Albergo Lauzon.

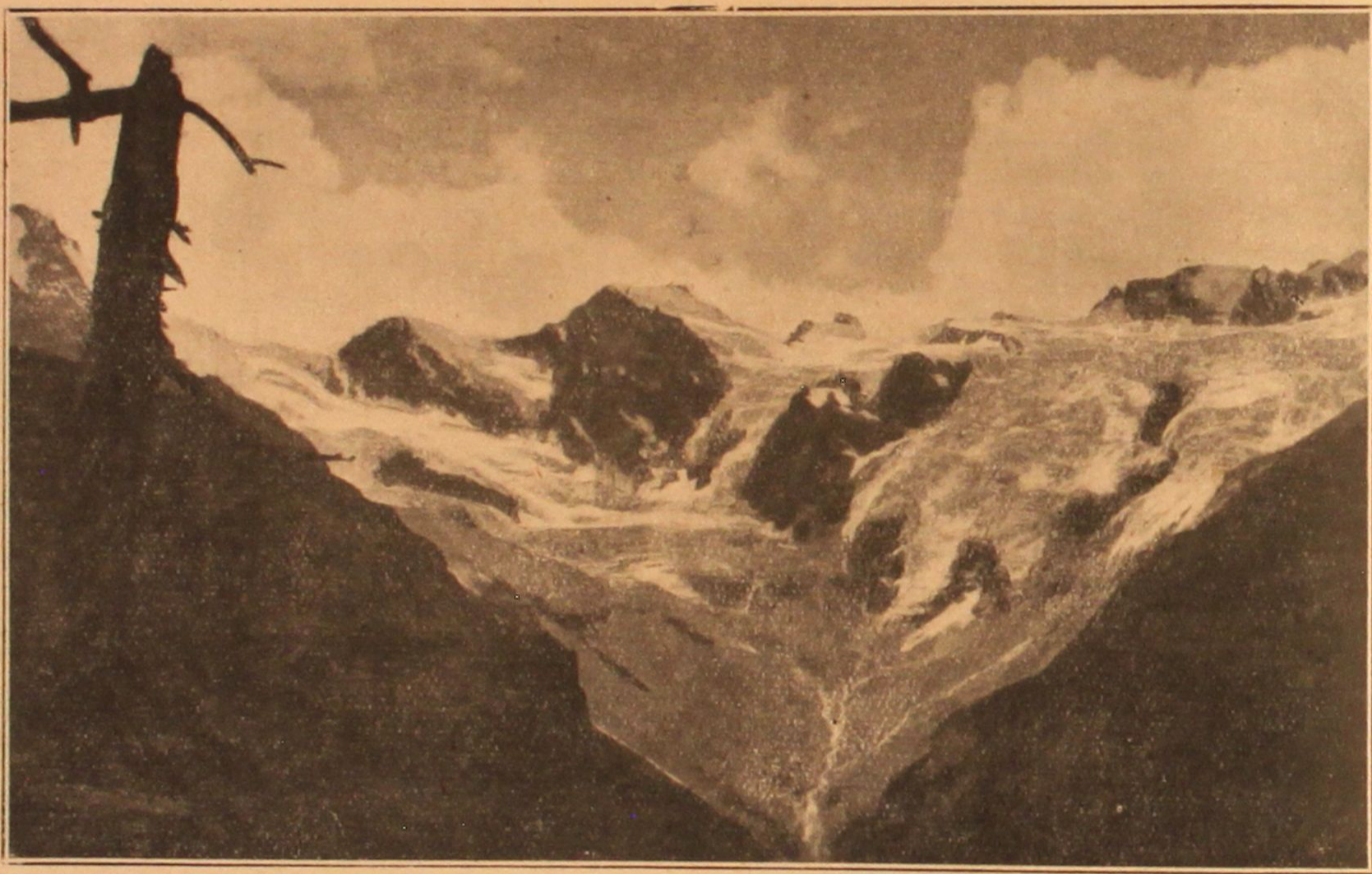
Il mattino si riprende. La strada s'immette in una forra che il torrente Savara varca scrosciando; fili argentei scendono dalle balze precipitose, si rompono, si dissolvono in fine polvere vaporosa...

Siamo nella così detta isola degli stambecchi. Di stambecchi e di camosci nessuna traccia, ma folte sono ancora, lungo il torrente e sui greppi, le pinete e le abetine del Parco Nazionale, un tempo riserva di caccia di Casa Reale, così cara a V. E. il « roi chasseur ».

Nevica!...

vrasta il laghetto a pie' del Rifugio, e mi godo il folleggiare delle nubi che scendono senza fine dal ghiacciaio del Gran Paradiso sulla Becca di Moncorvè.

Si rincorrono, s'adunano, s'intrecciano, si accavallano per sciogliersi un istante dopo e sfilacciarsi e disperdersi, cacciate dai capricci del vento sulla groppa della Tresenta, del Ciarforon, della Becca di Monciair, che appaiono e scompaiono dietro la mobile frangia...

Finalmente occhieggia il sole. Torno al Rifugio e insieme si tenta la scalata alla Tresenta (m. 3609); ma a mezzogiorno

Gran Paradiso - Ghiacciaio della Tribolazione.

Si entra nella conca erbosa di Pont e poi nel vallone di Seiva e per le svolte e risvolte della strada di caccia si arriva su al Rifugio V. E. (m. 2775).

La capanna è vecchia, ma la guardiana è giovane, bionda e di... sodo aspetto! (Una capanna e il tuo cuore!...).

La reginotta bionda si ritira a governare pentole e tegami e noi, dopo aver manducato di gusto, ci dedichiamo al nobile e soporifero gioco dell'oca, e si fa sera così.

Il mattino successivo il cielo è ancora imbronciato. Salgo sulla morena che so-

il vento che non s'è mai taciuto, infuria. Ci troviamo una nicchia per sbocconcellare qualcosa e scendiamo.

A sera nel cielo si fa la pace: le stelle tremolano a miriadi sulle creste lucenti, la luna si riverbera sui dossi nevosi, al limitare dei quali si disegnano ombre profonde, paurose...

— Sarà bello domattina, e fù un mattino splendido, infatti.

Alle sei si parte. Abbiamo con noi un portatore che ci farà da guida. Siamo preceduti da una comitiva di Piemontesi pure con guida e seguiti a distanza da

un ingegnere torinese tutto solo: bel tipo asciutto di *grimpeur*.

Si prende per il sentiero che serpeggia nella morena e quindi si saltabecca sul brecciame del poderoso bastione che sostiene il ghiacciaio del Gran Paradiso. Siamo, dopo un'ora circa, sulla piattaforma. Si sale sopra un gran terrazzo di lastroni, e lì, in una spera di sole, facciamo il primo *alt* per lo spuntino di prammatica. Ma folate di vento e di nevischio non ci lasciano gran tempo ai piaceri gastronomici. Si riprende, per ripiani di ghiaccio appena coperto di neve fresca. Si fa la cordata e si passa sopra uno stretto dosso nevoso che domina a sinistra la massa squarciata del ghiacciaio di Lavaciù, a destra un profondissimo burrone.

Grivola (m. 3969).

Siamo ai piedi dell'ultima parete di ghiaccio. Il vento non dà tregua: freddo, tagliente, insinua gli aculei del nevischio in tutti gli interstizi. Si prosegue adagio ma senza lunghe soste.

La parete è ripida e c'è da soffiare, ora, e il vento non si calma. Ma eccoci sopra un piccolo ripiano: prendiamo fiato.

Di lì si signoreggiano le altre vette: la Becca di Moncorvè, la Tresenta, il Ciarforon, la Becca di Monciair.

All'estremità del pianoro sul quale indugiamo, verso nord, appare il vertice del Gran Paradiso.

Valichiamo un ponte di neve, una ripida scarpata ghiacciata e siamo ad un torrione di roccia. Lasciamo le piccozze e procediamo cauti per la cresta, giriamo un secondo torrione su per una crestina prospiciente sull'abisso, scivoliamo sopra alcuni lastroni rocciosi e siamo sul cocuzzolo! Urrà!

Siamo alla fine delle nostre pene... in Paradiso!

Di qui si gode la vista... di Dio!

Per non turbare la nostra gioia il vento si cheta e l'aria si fa tepida. Il più bel cielo che io m'abbia visto poggia sopra una chiostra grandiosa di candidi colossi che scintillano al sole.

Ci sono tutte le vette temute e rispettate a questo convegno di ciclopi. Le Alpi Pennine, Graie, Cozie, Marittime e del Delfinato, coi loro più bei nomi: M. Rosa, Cervino, Gran Combin, M. Bianco; Grivola, Herbetet, Levanne, M. Pourrì, Grande Casse, Grande Motte, Monviso, e in questo immane semicerchio la grande pianura del Po da Cuneo a... Milano.

Lo spettacolo è augusto, divino; se non è il Paradiso è certo la sua anticamera terrena.

Dio non si vede ancora, ma è vicino...

ANDREA TACCHINARDI.

(Livio Agostini - Lily Agostini -Bruno Bellavitis - Andrea Tacchinardi, del« Ape » - Guido Volontè del C. A. I.).

Spesa complessiva, viaggio compreso: L. 200, circa, per ogni persona).

Il voler compilare la relazione della mia escursione sciistica, compiuta ultimamente in compagnia di altri tre amici, è cosa imbarazzante.

Imbarazzante perchè per volere descrivere la bellezza di lassù occorrerebbe una eccezionale abilità della penna, e di conseguenza egregia direttrice della nostra Rivista, mi abbia solo per mediocre scarpone quale sono.

31 *Dicembre* — Lasciamo Bergamo alle ore 20,25. Colle coincidenze regolari dei treni arriviamo a Chiusa di Bressanone (Klansen) il giorno dopo alle 9,25. Qui prendiamo una specie di trenino-giuocatolo che da Chiusa (m.525) sale tutta la Val Gardena (km. 32) sino a Plan (m. 1618). Il cosidetto treno sale lentamente in ripide svolte sul fianco della Valle di Isarco. Gradevole la vista su Chiusa col suo caratteristico convento posto a picco su un'altissima rupe. Man mano che si procede, il paesaggio è sempre vario e suggestivo. Verso Lajon si entra nella Valle Gardena ricca di ridenti villaggi raggruppati attorno ai loro aguzzi e alti campanili. Poco dopo S. Pietro la valle si allarga in una conca bellissima cosparsa di ampi campi di neve a cui fa contrasto il soprastante verde delle pinete collo sfondo del massiccio dolomitico del Gruppo di Sella. Tocchiamo successivamente S. Ulrico, S. Cristina, Selva ed infine Plan arrivandovi alle ore 12,30.

Ci accordiamo per il nostro breve soggiorno all'albergo Alpino e alle ore 14 desiderosi di fare la conoscenza colle bellezze del luogo siamo già in cammino per salire al Passo di Sella (m. 2218). Il tempo veramente magnifico dava al paesaggio la pienezza dell'espressione che si tramutava per noi in pieno godimento.

La neve in buone condizioni facilitava la nostra ascesa. Raggiungemmo il passo in ore 2. Magnifica la vista sugli imponenti massicci del Gruppo di Sella, (m. 2946) del Sasso Lungo,(m. 3178) Punta Cinque Dita, Punta Grooman e più oltre, sopra la Val di Fassa, il scintillante ghiacciaio della Marmolada. Il sole volgendo al tramonto indorava, con grandi effetti pittorici, le nude pareti delle Dolomiti. Sostiamo brevemente al Rifugio Sella e in lieta scivolata ridiscendiamo a Plan ch'è già buio.

2 *Gennaio* — Alle ore 9 calziamo gli sci. Visitiamo i dintorni di Plan, Selva e S. Cristina (lussuose stazioni climatiche). Ritorniamo a Plan a sera fatta.

3 *Gennaio* — Lasciamo Plan alle ore 11. Saliamo al Passo di Gardena (m. 2137) per discendere in Val Badia e portarci a pernottare a S. Cassiano dove giungiamo dopo 8 ore di marcia. Anche in questa traversata tempo e panorama furono di grande piacere.

4 *Gennaio* — Nella notte il tempo s'era bruscamente cambiato. Troviamo, oltre alla buona quantità caduta in precedenza qualche centimetro di neve fresca e un velario di nebbia che copre tutti i dintorni. Pur non pratici della zona, decidiamo di partire regolarmente per Cortina d'Ampezzo valicando i passi di Valparola (m. 2199) e di Falzarego (m. 2117). Al-

le ore 9 ci mettiamo in cammino. Procediamo un poco dubbiosi circa la direzione che si deve percorrere. Il paesaggio alterato da quella rada nebbia ricordava, per la sua immensa quiete, certe suggestive descrizioni delle steppe Siberiane. Mancavano però i lupi... Dopo più di un'ora di cammino incontriamo finalmente un montanaro che con la sua slitta carica di legna scendeva al paese. Domandiamo informazioni circa la via da seguire. Avutele riprendiamo la nostra passo accolti da una sferzante bufera di neve.

Nell'impossibilità di potere consultare la carta topografica sul punto che più d'ogni altro era a noi necessario per le sue svariate e opposte direzioni di discesa che il passo presenta, seguiamo in mezzo alla tormenta accecante una direzione istintiva, e... anche questa volta il caso ce la diede buona perchè un'oretta dopo scorgiamo giù in basso non molto distante emergenti dalla neve la linea dei

Cortina d'Ampezzo in manto invernale.

marcia colla speranza che più oltre la nebbia abbia a diradarsi e sparire.

La neve caduta nella notte fa zoccolo sotto gli sci rendendo la salita oltremodo pesante. Alle ore 11 sostiamo brevemente ad un ex baraccamento austriaco. La nebbia accenna a sparire, ed infatti poco dopo scorgiamo su in alto, tra il Lagaznoi e il Sasso di Stria, il passo di Valparola. Eravamo ancora sulla giusta rotta. Verso le ore 12,30 raggiungiamo il paracarri della Grande Strada delle Dolomiti nei pressi del passo di Falzarego.

Il tempo s'era rasserenato e un nuovo maestoso panorama ci abbagliava. In lenta e piacevole scivolata (km. 16) quasi per intero sul tracciato della carrozzabile scendiamo a Cortina d'Ampezzo (m. 1224) alle ore 17 percorrendo così da Plan a Cortina un tracciato di circa 70 chilometri.

5 *Gennaio* — Ci alziamo per tempo e nel limpido azzurro del cielo assistiamo al colorarsi, ai primi raggi del nascente sole, dei profili fantastici di tutte le celebri cime che a Cortina fanno superbamente corona. Le Tofane, il Cristallo, il Sarapis, l'Antelao, il Becco di Mezzodì, ecc., ecc., paiono volerci trattenere in continua ammirazione.

Trascorriamo la mattinata in deliziose sciate su campo e neve ottima a pochi secondi dall'albergo fino a quando il tocco della campana del mezzodì fatalmente, come la morte, ci scosse avvertendoci che ormai bisognava pensare al ritorno. Per la ventesima volta facciamo l'ultima scivolata obbligandoci così ad un'affrettata colazione e alle 13,35 siamo in treno. Noncuranti del bel fresco che faceva lassù restiamo fuori sulla piattaforma ad ammirare l'instancabile panorama che ad ogni svolta del treno andava variando. Così fino a Calalzo. Facciamo una lieve deviazione di linea approffitando della circostanza per una breve visita a Venezia dove giungiamo alle ore 21,30.

6 *Gennaio* — Visitiamo sommariamente Venezia sino al Lido, destando più curiosità noi quattro ai veneziani per il nostro rozzo costume da montagna, che Venezia a noi. Alle 14,10 eccoci di nuovo rincantucciati in treno e questa volta proprio per Bergamo.

10 *Gennaio* 1926.

G. L. Cornago

A.P.E. (*Bergamo*).

Orgoglio di classe

La cronaca sportiva registra oggi a Parigi un caso nuovo, più unico che raro.

Gli incontri domenicali nelle migliaia di campi sportivi fra le varie squadre che portano i colori di città o di nazioni diverse si svolgono sempre alla presenza di un pubblico non completamente imparziale. Il pubblico sportivo non è spettatore indifferente o neutrale. Esso si sente più vicino alla squadra del suo paese, della sua nazione; ed incita, applaude, qualche volta interviene anche... nella pista per far valere le ragioni dei giocatori preferiti. C'è in fondo una solidarietà di campanile e di nazione che vince ogni considerazione di equità.

Ecco invece il fatto nuovo di Parigi. Alla presenza di un pubblico di ventimila persone avviene una gara di foot-ball tra una squadra francese ed una russa. I lottatori francesi, in mezzo a un pubblico francese, sono nettamente battuti, e la vittoria russa è accolta con una manifestazione clamorosa, delirante da quelle migliaia di spettatori.

È un luogo comune che il popolo francese sia il più nazionalista di questo mondo. Bisogna invece riconoscere che l'educazione politica delle masse riesce a vincere anche i sentimenti più istintivi ed atavici. In quel momento, nella pista di Parigi, per tutte quelle migliaia di lavoratori erano in lotta due principî. La squadra russa rappresentava l'avanguardia del proletariato mondiale, i lavoratori che hanno saputo arrivare al potere e sono effettivamente sulla via dell'emancipazione. Gli altri rappresentavano invece il proletariato che non ha ancora saputo svincolarsi dai ceppi che l'opprimono. Per questo, l'orgoglio nazionale ha ceduto il posto all'orgoglio di classe.

(Dall'« Avanti! »).

GIARDINI ALPINI

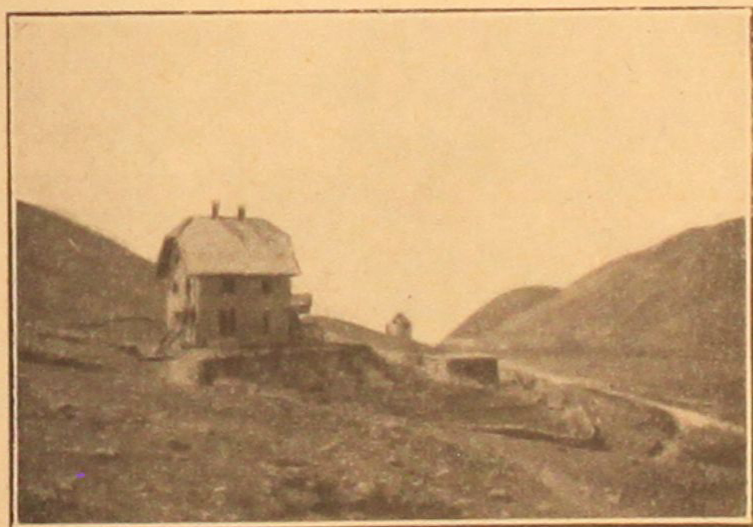
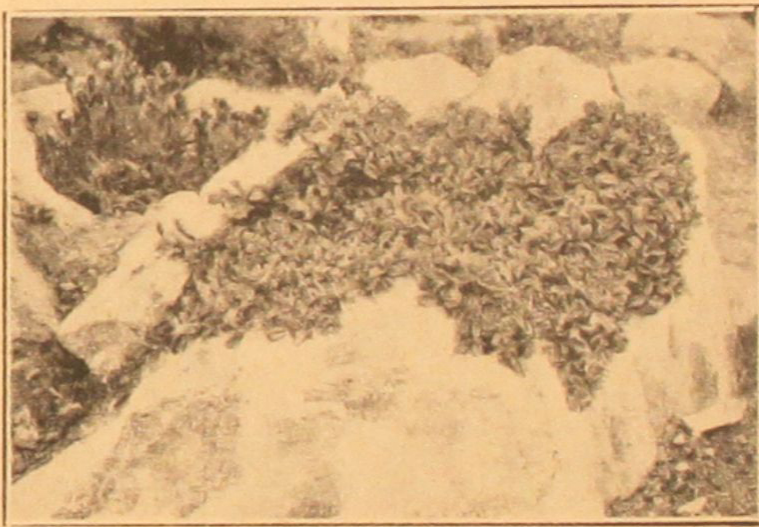
L'alta montagna presenta alle piante delle condizioni di vita affatto diverse da quelle che esse trovano nella nostra pianura

Periodo di vegetazione breve: in certi posti la terra si scopre di neve a fine giugno o in luglio, ed a fine settembre le nevicate nuove la ricoprono, si che le piante devono in soli tre mesi germogliare (la piccola *Soldanella alpina* vive proprio al margine dei nevai alpini, nella terra bagnata dall'acqua di fusione del ghiaccio), fiorire, maturare i nuovi semi e morire.

Luce straordinariamente intensa, quale la constatatiamo anche noi quando andiamo in montagna.

Sbalzi di temperatura fortissimi nel passaggio dal giorno, durante il quale il sole riscalda le roccie, alla notte che ci mette quasi in contatto cogli spazii celesti.

Aria asciutta e sovente mossa dal vento.

Temperature invernali bassissime, accompagnate da abbondanti cadute di neve che obbligano le poche piante perenni ad abbattersi, quasi ad appoggiarsi alla roccia sulla quale vegetano.

Il laboratorio De-Marchi. al giardino « Chanousia » e l'Ospizio del Piccolo S. Bernardo.

Un salice ben aggrappato alla roccia dalla quale trae calore ed umidità.

Da queste condizioni speciali vengono i caratteri pure speciali delle piante alpine: la riduzione dei loro fusti quale vediamo per esempio nella grossa *Carlina* dai fiori argentei che si conservano anche secchi, e che smaltano nei pascoli alti del nostro Apennino; la grande vivacità dei colori dei fiori, ecc., ecc.

La flora alpina, per chi la sa guardare (e bisogna imparare a guardarla) rap-

presenta una delle più suggestive bellezze della montagna. Essa si è formata nei secoli, per lento e graduale adattamento alle condizioni di vita nelle quali si trova. Le piante che la caratterizzano, portate al piano possono crescervi e vegetarvi qualche anno, come avviene per gli *edelweiss* o le genziane, se le circondiamo di tutte le cure, ma poi perdono le loro caratteristiche speciali.

Pedicularis atrorubens, pianta parassita che si trova soltanto al Gran S. Bernardo.

Si sentì pertanto la necessità di raccoglierle e coltivarle in alta montagna, per poterle ammirare e studiare a miglior agio, nei *giardini alpini*.

Uno dei più vecchi giardini alpini è quello che fu fondato nel 1886 dal Correvon di Ginevra in Val d'Anniviers.

Da noi, in Italia, merita essere visitato quello del Piccolo S. Bernardo, fondato dall'abate Pietro Chanoux in ricordo del quale venne denominato *Chanousia*.

L'abate Pietro Chanoux, che fu rettore dell'Ospizio del P. S. Bernardo dal 1860 al 1909 e che delle bellezze della montagna fu ammiratore ed adoratore, aveva presa l'iniziativa di raccogliere e coltivare vicino all'Ospizio le piante alpine delle nostre e delle altre montagne fin dai primi anni del suo ministero in mezzo a quelle solitudini, ma fu dopo il 1890 che la sua iniziativa si avviò verso il successo. Nel 1897 con intervento di stu-

L' *Artemisia delle Alpi*, preziosa pianta aromatica, coltivata al giardino «Chanousia» per mezzo di semi.

diosi, di alpinisti, di rappresentanti del Club Alpino e della Società per la protezione delle piante, il giardino alpino del P. S. Bernardo, a 2200 metri di altezza sul mare, venne ufficialmente inaugurato e battezzato col nome del suo fondatore. In quello stesso giorno nelle sale dell'Ospizio furono anche gettate le basi della *Pro Montibus*, e l'abate Chanoux, che tanto si era adoperato per farla sorgere, ne fu proclamato primo socio onorario.

La mia *Chanousia*, diceva l'abate Chanoux, deve diventare un museo vivente delle bellezze alpine.

Epperò si mise in relazione coi botanici e cogli escursionisti delle diverse parti del mondo e procurò di raccogliere e trapiantare lassù le piante di tutte le catene di montagne del mondo: dai Pirenei, all'Himalaya, alle Ande, ai Carpazii,

L'*Edelweiss delle Alpi* (Leontopodium Alpinum).

agli Urali, ecc., aiutato in questo da un discepolo e un ammiratore entusiasta, il Pr. Lino Vaccari, che ne continuò e ne continua tutt'ora l'opera, che chiamò intorno ad essa l'aiuto dell'Ordine Mauriziano, che ottenne da un Mecenate delle Scienze Naturali, il D. M. De Marchi, la costruzione, in mezzo al giardino, di un Laboratorio nel quale possono gli studiosi convenire per seguire più da vicino le manifestazioni della vita delle piante ivi raccolte.

Se fate in luglio e agosto una escursione al Piccolo S. Bernardo, dovete visitare quel nostro vecchio giardino che è ammirato tanto da tutti gli stranieri che salgono dalla Savoia. Ed avrete certo occasione di vivere un'ora di alto godimento intellettuale sotto la guida entusiasta del Pr. Vaccari, che mentre vi farà passare dall'una all'altra scogliera ad ammirare le piante più rare dei monti più lontani o gli alberi più vecchi ridotti alle dimensioni più piccole, vi spiegherà anche i fenomeni più intimi di tanti adattamenti.

Un altro giardino alpino, di fondazione recente, inaugurato anzi il 6 agosto dello scorso anno, lo abbiamo ora anche a Madesimo (Valle Spluga), appena sopra il Gran Hotel, a 1550-1600 mestri sul mare. È più facile andarlo a visitare.

È proprietà della Associazione Italiana Piante Medicinali; ne fu curata la fondazione e ne è ancora curato lo sviluppo dal Pr. Ugo Brizi dell'Istituto Agrario Superiore di Milano; venne denominato *Pirottea* in onore del Pr. R. Pirotta, di Pavia, professore di Botanica all'Università di Roma.

In questo giardino alpino si faranno esperimenti di coltivazione di piante medicinali: genziana, arnica, colchico, artemisie, aconito, ecc., ecc.

Vi furono in ogni modo raccolte e vi sono ben ordinate, piante alpine rare: la sua visita sarà dunque doppiamente interessante.

Prof. L. MONTEMARTINI.

Alcuni consigli per chi intraprende ascensioni invernali

Per chi s'accinga a fare ascensioni invernali è di massima importanza l'equipaggiamento; una dimenticanza può avere, nel corso della gita, conseguenze gravissime; è perciò necessario, preparando il sacco, seguire un ordine stabilito, avere nella mente una lista di tutto ciò che occorre portare con sè. Per facilitare questo cómpito credo utile dare uno schema di un equipaggiamento abbastanza completo.

1º Vestito: di lana, pesante, chiuso fino al collo, pantaloni corti; la stoffa sia liscia tale che non si attacchi la neve; berretto con alette che ricoprano le orecchie; passamontagne; guantoni e sopraguanti di tela impermeabile; maglia o panciotto a maglia da usarsi nella capanna ed in caso di grandi freddi da mettersi sotto la giacca.

2º Soprabito: contro il vento è necessario avere almeno una giacca di tela da vele da indossarsi sopra il vestito; meglio ancora se di gomma Non credo i pantaloni della stessa stoffa pratici non essendo abbastanza resistenti ed intralciano assai i movimenti.

3º Scarpe: le usuali da montagna o le speciali da sci. Queste hanno il vantaggio di mantenere più caldo il piede, di essere più leggere e di permettere una maggiore padronanza sugli sci; bisogna però sempre avere con sè i ramponi nei casi, non infrequenti, nei quali occorra abbandonare i pattini e continuare su rocce e ghiaccio l'ascensione. Nelle gite veramente difficili le *laupar* non sono da consigliarsi. Soprascarpe di tela: nei grandi freddi impediscono parzialmente alle scarpe e ai piedi di gelare; sono teoricamente almeno, utili; da pochissimi però usati.

4º Ramponi: leggeri e senza saldature.

5º Sci: possibilmente di *hikory*, sono più pesanti ma molto più resistenti; quanto all'attacco sono da escludersi i tipi a suola metallica (Bilgeri, Lilienfeld, ecc.), favorendo troppo le congelazioni dei piedi e perchè di difficile riparazione, come pure quelli che costringono, per fissarli, a levarsi i guanti. Ottimo è l'attacco Huitfeld con leva Ellefsen.

6º Pelli di foca da potersi facilmente e con lieve perdita di tempo attaccare. Nelle gite lunghe e nelle quali bisogna portare un sacco molto pesante, sono assolutamente indispensabili; non bisogna però abituarsi ad esse così da non poterne fare senza.

7º Tasca di riparazione contenente: coltello, martello, sega, succhiello, cacciavite, chiodi, viti, ecc. (solo per comitiva numerosa). Cinghie di riserva per l'attacco Huitfeld ovvero un paio di cinghie lunghe, punta d'alluminio di ricambio (da potersi fissare agli sci senza bucarli, con una morsa).

8º Alette di direzione: sono molto pratiche nel caso si trovi la neve gelata in modo che gli sci non vi possono mordere mentre invece la crosta è ancora troppo debole per permettere di continuare a piedi. Il tipo Bilgeri è consigliabile.

9º Schiolina: quella contenente molto catrame è la migliore, può essere applicata senza l'aiuto di un ferro da stirare ed anche in un ambiente freddo.

10º Bastoni: forti, di media lunghezza.

11º Piccozza: l'usuale estiva è certo molto ingombrante ma dà più affidamento che le speciali, costruite in questi ultimi tempi, da avvitarsi ai bastoni. Volendo compiere ascensioni serie è la sola che possa dare sicurezza.

12º Corda lunga almeno m. 25; dev'essere di manilla italiana (è la migliore) intrecciata (non si irrigidisce), di diametro maggiore alle solite usate d'estate e ciò perchè gelando, più

difficilmente si strappi; è bene avere con sè una cordetta di eguale lunghezza.

13° Occhiali da neve: la tonalità giallo-verde è ottima perchè non falsa le pendenze.

14° Lanolina od altro grasso nel caso che la pelle vada soggetta a screpolarsi.

15° Cucinetta portabile con paravento e lampada a gas di spirito; è solo da portarsi nel caso che le capanne non siano fornite di legna; nelle gite serie, non si ha in genere, nè tempo nè voglia di fare da cucina; quanto a bivaccare è meglio, d'inverno, non provarsi nemmeno.

16° Lanterna, candele, fiammiferi. Questi, di cui almeno una scatola del tipo contro il vento, contenuti in un sacchetto impermeabile.

17° Farmacia da tasca: come primo soccorso per ferite è consigliabile il pacchetto di medicazione militare.

18° Carte, bussola; chi vuole, può portarsi dietro l'aneroide ed il cannocchiale.

19° Coltello a più usi; quello così detto d'ordinanza svizzero è molto pratico.

20° Fischio per i segnali.

21° Grosso spago, aghi, refe, spilli di sicurezza. Così non vi capiterà di dovere usare come bottone il nobile distintivo del C. A. I.

22° Chiavi dei rifugi.

23° Provviste e bottiglia Thermos od altra equivalente; sono però molto fragili. Nessun alcoolico per le gite stesse; è bene però portare con sè un po' di vino, dell'acido citrico, o dello sciroppo, a scelta, per correggere nei rifugi l'acqua. Nell'inverno infatti non trovando sorgenti bisogna bere l'acqua che si ottiene con lo struggere la neve; dopo qualche giorno di permanenza in alta montagna se anche non ha prodotto più spiacevoli conseguenze, indebolisce enormemente l'organismo, e, per il suo gusto ripugna.

È bene che le provviste, almeno nei loro capisaldi, siano comprate in sociale; si ponga mente che esse contengono molte sostanze grasse e zuccherine; sono perciò da consigliarsi: lardo, carne secca e da cuocersi (si ottiene così un ottimo brodo per la zuppa), carne insaccata, frutta secca, limoni, biscotti (è il miglior nutrimento nei casi di grandi fatiche), cioccolata al latte, pane (il pan biscotto dei marinai è consigliabile, è di poco peso e di minore volume), legumi secchi, pastina, fiocchi d'avena, estratto di carne, cacao, the, latte conservato e in polvere, ecc. I legumi e le carni in scatola, obbligano a portare, causa i recipienti, molto peso inutile. Ognuno poi è padrone di caricarsi, oltre a queste di quant'altre provviste le sue spalle e le sue gambe possono reggere; si ponga in mente ad avere sempre con sè dei viveri di riserva nel caso che si rimanga bloccati in qualche rifugio.

La formazione della comitiva è di grandissima importanza: se tre amici si sono incontrati su qualche campo d'esercizi, hanno visto di sapere con eleganza fare i diversi arresti e forse anche saltare, ma tuttavia non hanno la pur minima nozione dell'alta montagna, essi non dovranno credere d'essere maturi per cimentarsi, senza guide s'intende, con i colossi delle Alpi; essi dovranno cercarsi un compagno alla cui esperienza alpinistica possano affidarsi, un compagno il quale conosca a fondo la montagna anche nel suo aspetto invernale, che sia pratico di ghiacciai e di valanghe, che sappia servirsi del compasso e dell'aneroide. Egli deve essere il direttore della gita, egli dev'essere dotato di quella circospezione, di quel coraggio, di quella saldezza di propositi che sono, nei momenti di pericolo, necessari; egli deve sapersi imporre ai compagni, e queste qualità si possono solo con le grandi ascensioni acquistare. Il vero alpinista ha inoltre il senso del dovere, si può contare sul suo aiuto; egli, capitata che sia una disgrazia, non se ne andrà via tranquillamente, come già certi sciatori hanno fatto.

Se questo compagno e maestro già conosce la regione che s'intende visitare, allora la gita è molto facilitata, se no bisogna prepararsi ad essa mediante lo studio di carte, fotografie, guide; oltre a ciò è bene far palesi nell'ultimo villaggio, le proprie intenzioni: è più facile così avere, in caso di bisogno, soccorsi.

Risparmiate sempre le vostre forze e fate sempre in modo di giungere di buon'ora ai rifugi; il sopraggiungere della notte, una nebbia, potrebbe costringervi ad un bivacco del quale avreste, credo, un ricordo poco piacevole.

Cosa importantissima, per economizzare e tempo e forze, è di fare una traccia razionale, e questo è certo cosa non facile se, come appare, a pochissimi riesce. Una traccia razionale deve snodarsi come una ben costruita strada, conservare una pendenza uniforme, scansare tutti i zig-zag inutili, sapersi avvantaggiare di tutte le curve e di tutti i rilievi del terreno, scansare gli avvallamenti che potrebbero far perdere alcuni metri di altezza, ma invece contornarli; si farà qualche passo di più ma pure si guadagnerà tempo. Una traccia ben segnata dev'essere anche elegante. In salita sarà bene usare le pelli di foca; le alette di direzione rendono buoni servizi nel caso che bisognasse traversare lunghi e ripidi pendìi di neve gelata; in discesa si useranno solo in questo caso e solo le alette fissate alla parte esterna degli sci.

Le distanze devono su ghiacciai esser sempre mantenute. Nella scivolata è necessaria la massima prudenza; una caduta può avere come conseguenze: I. Rottura degli sci (in casi di grandi freddi il ripararli è cosa ardua); II. Ferite; III. Su pendìi molto inclinati può porre in moto la neve così da formarsi una valanga; IV. Su pendìi molto inclinati chi cade non è più padrone di sè e può precipitare; V. Se la caduta avviene sopra un crepaccio ricoperto di neve c'è grande probabilità che il ponte si rompa. Bisogna insomma durante tutta la discesa aver sempre la padronanza dei proprî sci, poter in qualunque momento non appena il bisogno lo richieda, scansare un ostacolo o fermarsi.

Per i riposi, cercare luoghi riparati dal vento e sicuri. Quanto all'uso della corda varî sono i pareri. Alcuni credono che sia bene farne uso continuo tanto in salita quanto in discesa, altri trovano che sia in discesa troppo scomoda, altri ancora l'adoperano solo in casi eccezionali ed anche allora solo in salita. Anche qui *in medium stat veritas*. Il formare la cordata su un ghiacciaio dall'aria sospetta (la pratica vi dirà quando lo si può gratificare di questo titolo) o che vi sia assolutamente sconosciuto. Andando slegati è naturale che quegli che porta la corda resti ultimo, ma è sempre bene avere un'altra corda di supplemento nel caso disgraziato che egli stesso cadesse in un crepaccio.

Quanto al fare le discese legati in cordata ciò richiede molta attenzione e non basta che i varî componenti sappiano individualmente andare bene in sci; bisogna che siano abituati a questo genere di scivolate e sarebbe consigliabile che prima di fare ascensioni si fossero esercitati in gite di poca importanza. Naturalmente non faranno le discese in linea retta ma sempre con grandi curve, badando sempre che la corda non trascini sulla neve nè che si impigli.

È qui che occorre in sommo grado che ognuno sappia veramente dirigersi.

Quanto agli altri pericoli dell'alta montagna: valanghe, cornici, tempeste, sopraggiungere della notte, nebbia, essi non variano dall'estate; bisogna però fare sempre i conti con il freddo e con la brevità delle giornate.

Insomma le grandi ascensioni invernali richiedono esperti alpinisti, sciatori molto resistenti, una lunga e faticosa preparazione, un equipaggiamento completo, grande prudenza e coraggio. Ed oltre a ciò, fortuna!

UGO DI VALLEPIANA.

(Da la *Rivista del C.A.I.*).

LA PAGINA DILETTEVOLE

Gita sociale ad Oropa al monte Mucrone m. 2335

6-7 Dicembre 1925

Alla prova!

La gita sociale al Mucrone ha servito a dimostrare: 1.° Che i corpi sono impenetrabili; 2.° Che l'automobile non è un veicolo... proletario.

— Grazie! Sapevamcelo! — sento esclamare.

Grazie, un corno! Queste modestissime conclusioni ci sono costate 16 ore, di vera tortura. Provatevi a stare 16 ore — dico sedici — in un cassone traballante, stretti, serrati, pigiati, compressi in tutte le direzioni e poi ditemi se l'impenetrabilità dei corpi è una verità così a buon mercato!

Quel cassone traballante era un'automobile... proletaria; auto - mobile: si muoveva da sè infatti, ma a intermittenze non previste e non prevdibili e sempre con le dovute cautele. Non vi parlo poi della sua velocità... fantastica. Tutti i momenti sorgevano, nell'interno, discussioni di questo genere:

— Si muove...

— Macchè! È ferma.

— Ma non senti il rumore dei vetri?

— Sarà il vento...

— Eppur si muove!... lo disse anche Galileo...

E vinceva ancora una volta, malgrado tutto, la scienza; l'automobile procedeva, ma ad andatura... impercettibile. Tuttavia anche questa dolorosa istoria, come tutte le storie e le favole, ha la sua morale ed è una morale confortante: la resistenza degli Apeini ai disagi... della vita è incommensurabile. Dannati per tante ore ad una pena che neanche l'ingegno infernale di Dante ha saputo escogitare, essi hanno sopportato stoicamente i triboli loro inflitti e affrontato le incognite della situazione con animo invitto.... cantando gli inni della liberazione.

Stiano tranquilli i dirigenti che tutto avevano disposto meticolosamente per provare i soci: uomini collaudati a simili prove non cedono nè per asperità di cammino, nè per tristizia di tempi!

Ad Oropa.

Alle 15 della domenica, in tram, giungiamo ad Oropa. Vi faccio grazia della

descrizione del famoso Santuario che potete trovare in ogni guida. In nessuna guida troverete però menzione di una monumentale efflorescenza di ghiaccio, formatasi con lo zampillo della fontana, che ci ha strappato grida di ammirazione.

Magnifica per lo splendore dell'assieme e per la finezza dei particolari. Per un singolare effetto di luce la fioritura di ghiaccio appariva leggiadramente colorata di una tenue tinta azzurrina.

Che meravigliosa artista la natura! Un po' d'acqua ed una notte di gelo ed ecco un'opera d'arte quale non l'avrebbe potuta, non dico eseguire, ma ideare il più valente scultore!

Andiamo a visitare la Chiesa che comprende e conserva la vecchia cappella di S. Eusebio costruita nell'anno 369. Gli inermi Cristiani delle catacombe avevano vinto il più potente impero del mondo. Con l'editto di Costantino (a. 313 d. C.), Roma pagana capitolava davanti alla fede inestinguibile dei Cristiani e permetteva il libero esercizio del loro culto. Gli Dei se n'andarono...

La rozza cappella — rivestita ora di marmi fini e adorna di tesori — è lì a ricordarci il trionfo di un'Idea...

Il Santuario si rinnova continuamente non solo negli edifici, ma nei modi di vivere e di prosperare.

Esso non è soltanto un gigantesco atto di fede, ma è anche una grande impresa industriale e agraria con multiformi attività. La stessa raccolta dell'obolo si fa in modo del tutto moderno. E voi, se credete, potete sottoscrivere azioni del Prestito Pro-Oropa al tasso del 5 per 100. Vi assicurate una quota parte del Paradiso per l'eternità e nel contempo « tirate » ogni anno un 5 per 100 che vi aiuta a sopportare le miserie di questa valle di lacrime!

Alla Capanna Rosazza.

Ma andiamo su alla Capanna Rosazza per la comoda mulattiera. Appena giunti si dà mano al sacco e si pranza; poi si esce a contemplare le stelle che sono molte e belle.

Ma circola una voce inquietante: Calura si è allontanato da più di 4 ore e non è ancora tornato.

I più volonterosi e impazienti organizzano una spedizione di soccorso che s'avvia con le lanterne verso la *Bocchetta del Lago*, alla quale deve essersi diretto il Calura. Quei lumini che compaiono nel buio della montagna come fuochi fatui, accrescono la nostra ansia.

I lumini vagano a lungo, e poi tornano, ma Calura non c'è. Sento intorno a me tessere l'elogio funebre dello scomparso. Zittisco il jettatore: — Calura non muore così... in incognito! Gli intimi del... morituro rimangono a fare segnali, a lanciare appelli nella notte; gli altri si ritirano; ma nessuno dorme... A mezzanotte il *clan* è a rumore. Chi è?... È Calura sano e salvo! Benedetto!!

I propositi di rimproverarlo, di multarlo, di radiarlo, di legnarlo per la sua imprudenza, si fondono in un solo desiderio: quello di festeggiarlo. E la... pecora smarrita è portata in trionfo.

È una cosa quasi commovente!...

Il giorno di S. Ambrogio si inizia con una magnifica alba. Le stelle splendono ancora e già la nebbia fumigante in cui s'attenuano e s'annegano le forme giù al piano, si colora vagamente di porpora e poi d'oro.

Si parte. Il sentiero è buono; rotto soltanto qua e là da cascatelle gelate di magnifico effetto. Siamo ben presto al laghetto Mucrone, « paurosamente incastrato », come dice la circolare dei dirigenti la gita. Il laghetto, in verità, non fa

proprio paura; ha un aspetto così domestico, così casalingo che lo si direbbe la pozza delle oche.

Ah, il lirismo alpino!

Si sale e tutti, vecchi e giovani d'ogni sesso, si portano bravamente sulla vetta del Mucrone. Bel panorama: a sud, la pianura piemontese tagliata dalla linea dritta della Serra d'Ivrea, poi il mareggiare delle creste valdostane; infine il massiccio imponente del Monte Rosa.

Sotto la vetta del Mucrone sorge una gran croce con un altare rustico e nelle vicinanze c'è una conca che dà un'eco polisillaba.

Torniamo alla capanna. Colazione all'aperto, al tepore del sole e poi discesa al Santuario.

Alle 16 ci rimettiamo nell'automobile e incomincia così quella corsa... fantastica nella notte, a 200... metri all'ora di cui ho detto più su. A. T.

Una celebre guida

È morto, in questi giorni, a Courmayeur, Giuseppe Petigax. Fu una delle più celebri guide non solo d'Italia ma del mondo.

Scalatore e dominatore prima delle vette che fanno corona a Courmayeur: il Monte Bianco, le Grandi Jorasses, il Dente del Gigante; si cimentò poi, col Duca degli Abruzzi, in esplorazioni importantissime nelle più diverse parti del mondo.

Il magnifico senso di orientamento, il caratteristico intuito della conformazione degli ammassi montuosi, la conoscenza profonda dei ghiacciai e delle roccie, una resistenza eccezionale, una calma e un dominio di se nelle più tragiche circostanze hanno fatto di Giuseppe Petigax il guidatore e il compagno prezioso nelle spedizioni al Monte Sant'Elia nell'Alaska, al Polo Nord, al Ruwenzori, al Karacorum, dove raggiunse per primo, la quota di 7300 metri.

È morto a 68 anni.

Ora riposa nel piccolo cimitero di Courmayeur all'ombra delle grandi vette amiche che così magnificamente forgiarono il suo carattere e lo resero glorioso.

SEZIONE DI MILANO

Scuola di roccia

Tutti i soci, che intendono frequentare il corso teorico sulla scuola di roccia in attesa della stagione propizia per effettuare quella pratica, possono chiedere gli schiarimenti presso il Comitato sezionale organizzatore della stessa.

ATTENDAMENTO

Allo scopo di agevolare il compito del C. C. preghiamo tutti i soci conoscitori provetti di località che si prestano allo scopo di inviare al C. C. stesso una relazione dettagliata e se è possibile con qualche fotografia della località per un eventuale esame, tenendo calcolo di:

1.° accontentare tutti i gusti con la minore spesa possibile;

2.° che ci sia in caso di maltempo una cascina o capanna per ospitare temporaneamente gli attendati;

3.° che sia facile il mezzo di approvvigionamento ecc.;

Ringraziamento. — *I compagni della Sezione di Cantù hanno regalato alla Direttrice della Rivista nell'occasione del Congresso, un bellissimo cuscino a ricami e merletti, opera veramente geniale di quelle brave e specializzate lavoratrici del tombolo che sono le compagne Canturine.*

Alla compagna Natalina Monti che diresse il lavoro, alle sue giovani collaboratrici, ai compagni Canturini, vada da queste colonne il ringraziamento della Direttrice e degli Apeini.

APEINI, SOSTENETE LA VOSTRA RIVISTA DIFFONDETELA

PICCOLA POSTA

BOLOGNA: *C. M.* — No, una conferenza sull'Everest non è più possibile per tante ragioni. Un aviatore francese pare abbia intenzione di volare sopra quell'altissima vetta. L'impresa sarà fra le più ardue non tanto per l'altezza quanto per le correnti atmosferiche che imperversano in quelle regioni.

MILANO: *Oscar.* — Il Cervino ricorda uno scrittore caro al proletariato italiano: De Amicis.

GENOVA: *Amica.* — Cosa volete? Siamo alla via d'incretinire o di dover sembrare cretini per forza. Così vogliono i tempi.

MILANO: *S. O.* — Per « La teoria dell'evoluzione » vi consiglio il volume edito dalla: *Ed. Sociale, viale Monza, 77, Milano.* Costa lire dieci. Saluti.

FIRENZE. — Quest'anno è mancato al nostro Congresso il vostro rappresentante, ma il nostro pensiero è cogli assenti e la nostra solidarietà è per voi che ben la meritate.

TORINO: *Emma.* — Il libro di Guido Rey « Il monte Cervino » del quale oggi si è fatta, vivamente desiderata dal mondo alpinistico, la seconda edizione; uscì per la prima volta cinque anni fa con prefazione di Edmondo De Amicis. È noto che lo scrittore di *Cuore* negli ultimi anni della sua vita amava soggiornare all'Albergo del Monte Cervino, al Giomein, dal quale poteva contemplare, in ogni ora del giorno, il colosso la cui vetta, a quei tempi, sembrava una meta irraggiungibile. Qualche anno fa trovammo che nell'albergo era ancor vivo il ricordo dell'illustre scrittore. Il libro del Rey è tradotto in parecchie lingue. Saluti.

NAPOLI: *R. P.* — Poesia d'ispirazione alpinistico-sociale? È un po' difficile trovarne almeno da noi. Bertacchi, ha parecchie poesie, Brocchi, qualche pagina in cui la montagna è sentita e descritta, ma da un punto di vista estetico.

Una intuizione più profonda è nel « Monte Bianco » dello Shelley e in « Excelsior » del Longfellow.

« Il pellegrino caduto sulla neve, stretta tenea nelle ghiacciate mani la bandiera, che al ciel mostrava la leggenda altera ».

Saluti.

TORINO: *R. A.* — Perchè non siamo più usciti? È facile intuirlo. La nostra rivista vive per le contribuzioni dei soci chè non sono... pescecani e perciò... fanno quello che possono. Saluti.

CONDOGLIANZE

SEZIONE DI COMO.

Nel dicembre scorso un male inesorabile troncava la giovine esistenza del socio carissimo Carlo Azzi. Gli apeini della sezione e quanti lo conobbero conserveranno di lui un ricordo perenne e dolcissimo per la bontà e la schiettezza del suo carattere.

Condoglianze vivissime alla famiglia, sentitamente affettuose al fratello Ippolito nostro attivissimo segretario.

Un altro lutto ha colpito la nostra famiglia apeina con la morte, dopo brevissima malattia del socio Frigerio Umberto anch'esso nel fiore degli anni.

Alla vedova desolata rimasta a piangerlo con una tenera creatura, inviamo l'espressione di dolorosa solidarietà degli apeini tutti.

La Direzione della Rivista a nome di tutti gli Apeini si unisce al lutto che ha colpito la Sezione di Como e invia alle famiglie dei Compagni perduti le più sentite condoglianze.

Enrica Viola Agostini - *Direttrice responsabile*
Off. Tip. E. Lazzari - Barbavara, 2 - Milano